**Родительское собрание в средней группе на тему**

**«Компьютер- вред или польза»**

(форма проведения – собрание-дискуссия)

При правильном подходе к занятиям

на компьютере можно извлечь максимум пользы для развития ребенка. Б. Шлимович

ЦЕЛЬ: донести до сознания родителей необходимость соблюдать требования и правила здоровьесбережения при организации взаимодействия ребенка с компьютером в домашних условиях.

Задачи:

Образовательные: формировать у родителей представления о роли, возможностях и способах использования компьютера в обучении детей дошкольного возраста.

Воспитательные: формировать понимание важности поддержания эмоционального контакта с ребёнком во избежание развития у него компьютерной зависимости.

Организационные: выработать согласованные действия ДОУ и семьи по правильной организации работы детей на компьютере.

Информационные: Предложить практические советы по организации безопасного взаимодействия ребенка с компьютером.Памятки о правилах работы на компьютере «детям дошкольного возраста», «Зрительная гимнастика».

Выступление воспитателя Доржижаповой П.Ц. и педагога-психолога Ермакова З.П.«О компьютерной зависимости».

Рефлексия

Компьютеры уже давно и прочно проникли во все сферы деятельности человека. Они используются и на работе, и дома, и в школе, и даже в детском саду. С одной стороны, они очень облегчают нашу жизнь, а с другой – мы вынуждены платить своим здоровьем и благополучием в доме. Так что же приносят компьютеры нашим детям – больше пользы или вреда? И как правильно организовать общение ребёнка с компьютером, чтобы он не попал в зависимость от него? Многие родители не видят ничего плохого в том, что дети проводят много времени у компьютера. Считая этот вид досуга интеллектуальным и полезным, они беспокоятся лишь о нарушении их осанки или зрения. Сегодня на родительском собрании мы попытаемся ответить на эти проблемные вопросы и постараемся совместно выработать правила организации работы детей на компьютере.

Мы видим, что отличительной чертой времени, в котором мы живем, является стремительное проникновение информационных технологий в нашу жизни.В нынешнее время дети способны с завидной легкостью овладеть навыками работы с различными электронными компьютерными новинками. Но для нас самое главное, чтобы дети не попали в зависимость от «компьютерного друга», а ценили живое, эмоциональное человеческое общение и стремились к нему.

Давайте попробуем выявить все «+» и «-» влияния компьютера на развитие ребенка дошкольного возраста:

*Положительные стороны:*

- Развитие мелкой мускулатуры руки, моторики

- Познавательная мотивация

- Выработка усидчивости

- Улучшение памяти, внимания

- Ориентирование в современных технологиях

- Быстрое нахождение нужной информации, следовательно увеличение свободного времени

- Возможность общения.

*Отрицательные стороны:*

- Большая нагрузка на глаза

- Стеснённая поза

- Развитие остеохондроза

- Компьютерное излучение

- Заболевания суставов кистей рук

- Психическая нагрузка

- Компьютерная зависимость

- Нервно-эмоциональное напряжение

-Синдром компьютерного стресса

-Ребёнок забывает о реальном мире

- Замена общения

Как видите, есть положительные и отрицательные стороны.

*Но важно не только правильно выбрать игру, необходимо еще и верно организовать игровую деятельность ребенка с компьютером.*

1. Ребенок может играть в компьютерные игры не более 15 минут в день.

2. Лучше играть в компьютерные игры в первой половине дня.

3. В течение недели ребенок может работать с компьютером не более 3- раз.

4. Комната, в которой он работает за компьютером, должна быть хорошо освещена.

5. Мебель (стол и стулья) по размерам должна соответствовать росту ребенка.

6. Расстояние от глаз ребенка до монитора не должно превышать 60 см.

7. В процессе игры ребенка на компьютере, необходимо следить за соблюдением правильной осанки ребенка.

8. После игры с компьютером нужно обязательно сделать зарядку для глаз.

9. Игровую деятельность с компьютером нужно сменить физическими упражнениями и играми.

- Для шестилетнего ребенка продолжительность одноразовой работы – 15 минут, периодичность работы – не более 2 раз в неделю.

Чтобы дети могли играть в компьютерные игры без вредных последствий, необходимо проконтролировать выбор жанра, содержания, систему управления и уровня сложности. При правильном подборе и методах применения компьютерных игр развивается внимание, сосредоточенность, быстрота действий, появляется интерес к компьютеру и психологическая готовность к работе с ним.

**Экспресс анкетирование родителей:**

1.Сколько времени Вы сами проводите за компьютером? Мама -... Папа Считаете ли Вы, что Ваше увлечение компьютером влияет на развитие ребёнка? Если да, то каким образом?

2.Сколько времени проводит ваш ребёнок за компьютером?

3.В какие игры играет ваш ребёнок? Знакомы ли Вам название, правила этих игр?

4.Помогаете ли Вы ребёнку использовать компьютер как средство образования и получения информации?

5..Часто ли ваш сын (дочь) “призывают” Вас на помощь.

Если Вы ответили “нет” или “не знаю” на вопросы 3),5), но при этом ответ на вопрос 2) – более 30 минут, Вам надо срочно пересмотреть свои отношения с ребёнком, т.к. компьютер для него более верный и надёжный “товарищ”.

Заканчивая собрание, хочется ещё раз отметить, что, несомненно, компьютер - эффективное средство развития ребенка. Но во всём необходимо соблюдать чувство меры. И напоследок я хочу вам раздать памятки о правилах работы на компьютере «детям дошкольного возраста», и некоторые «Офтальмологические паузы» для работы с детьми дошкольного возраста, т.е. «Зрительная гимнастика».

*Для профилактики компьютерной зависимости психологи советуют следующее:*

1.Показывать личный положительный пример. Важно, чтобы слова не расходились с делом. И. если отец разрешает играть сыну не более часа в день, то сам не должен играть по три-четыре.

2. Ограничьте время работы с компьютером, объяснив, что компьютер – не право, а привилегия, поэтому общение с ним подлежит контролю со стороны родителей. Резко запрещать работать на компьютере нельзя. Если ребёнок уже склонен к компьютерной зависимости, он может проводить за компьютером два часа в будний день и три – в выходной, но обязательно с перерывами.

3.Предложить другие возможности времяпрепровождения. Можно составить список дел, которыми можно заняться в свободное время. Желательно, чтобы в списке были совместные занятия (походы в кино, на природу, игра в шахматы и т.д.)

4.Использовать компьютер как элемент эффективного воспитания, в качестве поощрения (например, за правильно и вовремя сделанное домашнее задание, уборку квартиры).

5.Обращать внимание на игры, в которые играют дети, т.к. некоторые из них могут стать причиной бессонницы, раздражительности, агрессивности, специфических страхов.

**Упражнения для снятия напряжения глаз.**

1.На счёт 1-4 закрыть глаза с напряжением, на счёт 1-6 раскрыть глаза.

2.Посмотреть на кончик носа на счёт 1-4 , а потом перевести взгляд вдаль на счёт 1-6.

3.Не поворачивая головы, медленно делать круговые движения глазами: вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону : вверх-влево-вниз-вправо, затем посмотреть вдаль на счёт 1-6.

4.Держа голову неподвижно, перевести взор и зафиксировать его: на счёт 1-4 вверх, на счёт 1-6 –прямо. Проделать движения глазами по диагонали сначала в одну, потом в другую сторону, затем, на счёт 1-6, посмотреть прямо.

5.Посмотреть на кончик указательного пальца, удалённого от глаз на расстоянии 25-30 см, на счёт 1-4 медленно приблизить его к кончику носа, потом, опять же, глядя на кончик пальца, удалять на то же расстояние.

6. «Метка на стекле»: переводить взгляд с метки на стекле окна (красный кружок диаметром 3-5 мм) на выбранный предмет вдали за окном.

7.Перемещать взгляд по траекториям: по восьмёрке, по часовой стрелке и против.

Упражнения выбираются по желанию, каждое из них повторяется 4-5 раз. Общая длительность офтальмо-тренажа должна ровняться 2 мин.